

نور و رنگ درمانی

L.B. Kosareva, N. Kempe, D.G. Bocharov

موسسه آموزشی تحقیقاتی طبوبی سلامت ایرانیان



ترجمه:

گروه مترجمین موسسه آموزشی تحقیقاتی طبوبی سلامت ایرانیان

سال ۱۴۰۰-۰۱

کد کتاب: ۲۰۶

نویسندگان:

L.B. Kosareva, N. Kempe, D.G. Bocharov

نور و رنگ درمانی

دستورالعمل

۲۰۰۵ - مسکو

گروه مترجمین موسسه آموزشی تحقیقاتی طبوبی سلامت ایرانیان

پاییز ۱۴۰۰

فهرست

۳ مقدمه
۳ ۱. رنگ ها و ویژگی های آنها
۳ ۱.۱ رنگ و نور
۴ ۱.۲ دسته بندی رنگ ها
۶ ۲. بیوسفر زمین و ارتباطات فضایی
۸ ۳. ویژگی های رنگ ها و پیشنهاد هایی برای کاربرد آنها
۸ ۳.۱ قرمز
۹ ۳.۲ نارنجی
۱۰ ۳.۳ زرد
۱۱ ۳.۴ سبز
۱۲ ۳.۵ آبی
۱۳ ۳.۶ ارغوانی (ایندگو)
۱۴ ۳.۷ بنفش
۱۵ ۴. اجرای رنگ های نور درمانی
۱۵ ۴.۱ تجهیزات مورد نیاز
۱۶ ۴.۲ رویکردهای اساسی در رنگ درمانی
۱۸ ۴.۳ اتفاقات ناشی از رنگ درمانی
۱۹ منابع

مقدمه

نور مرئی در بین کل طیف تابش های الکترومغناطیسی جایگاه ویژه ای را در برمی گیرد ، زیرا وجود آن باعث پیدایش ، شکل گیری و تکامل جهان بیولوژیکی زمین شده است.

نور مرئی همیشه توجه متخصصان را به خود جلب کرده است . زیرا نور، اطلاعات و فرآیندهای بیوانژتیک و بیوسنتزی را در همه موجودات زنده بیوسفر سیاره ما از جمله انسان ها ارائه می دهد. نتیجه عملی این نقش قابل توجهی از نور مرئی در فرایندهای بیولوژیکی ، استفاده از آن برای اهداف درمانی است. نور خورشید و آب اولین و نزدیک ترین عوامل درمانی برای انسان ها بوده و هستند. استفاده از نور (نور درمانی) تاریخچه طولانی دارد. در آغاز قرن بیستم، اصول استفاده از نور با ترکیب طیفی مختلف در درمان بیماری های خاص یا نور و رنگ درمانی قبلاً در پزشکی شکل گرفته بود.

۱. رنگ ها و ویژگی های آن ها

۱.۱ رنگ و نور

از نقطه نظر فیزیولوژیکی یا روانی، نور نشان دهنده احساس بصری یعنی تشعشعات مرئی که به وسیله اندام بینایی ، حس می شود می باشد. در یک مفهوم وسیع تر و فیزیکی ، محدوده نوری هم شامل تشعشعات الکترومغناطیسی قابل مشاهده است ، و همچنین شامل موارد نامرئی نیز می شود - مادون قرمز (IR) و ماوراء بنفش (UV). مرزهای بین این مناطق است، بنابراین هنگام انتخاب آنها باید به توصیه های کمیسیون بین المللی روشنایی [۲] پایبند بود که بر اساس آن می توان کل طیف تابش الکترومغناطیسی در محدوده نوری را در جدول زیر ارائه کرد. (جدول ۱) [۳].

جدول ۱- طیف تابش الکترومغناطیسی در محدوده نوری

طول موج، ۱	بخش هایی از طیف
مادون قرمز (IR)	
۳ میکرومتر - ۱ میلی متر	موج بلند (IR-C)
۳-۱.۴ میکرومتر	موج متوسط (IR-B)
۱۴۰۰-۷۸۰ نانومتر	موج کوتاه (IR-A)
تابش مرئی (نور)	
۶۲۰-۷۸۰ نانومتر	قرمز
۵۸۵-۶۲۰ نانومتر	نارنجی
۵۷۵-۵۸۵ نانومتر	زرد
۵۷۵-۵۵۰ نانومتر	سبز

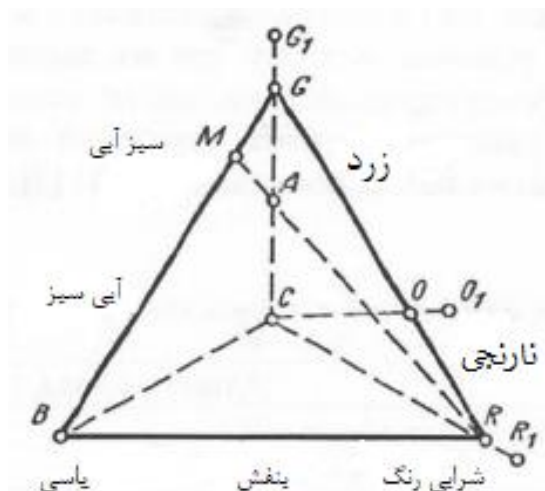
۴۸۰-۵۱۰ نانومتر	آبی آسمانی
۴۵۰-۴۸۰ نانومتر	آبی پررنگ
۴۰۰-۴۵۰ نانومتر	بنفش

اشعه ماوراء بنفش (UV)	
موج بلند (UV-A)	۳۱۵-۴۰۰ نانومتر
موج متوسط (UV-B)	۲۸۰-۳۱۵ نانومتر
موج کوتاه (UV-C)	۱۰۰-۲۸۰ نانومتر

نور طبیعی ترکیبی از فرکانس های مختلف است. در کنار تاثیر انرژی تعیین شده توسط فرکانس تابش، نور اثری اطلاعاتی نیز دارد. این اثر اطلاعاتی، ناشی از ریز تداخل اجزای فرکانس های مختلف نور است و با فرکانس بسیار پایین تر مشخص می شود. هرچه باند فرکانس نور باریکتر باشد، مؤلفه های اطلاعات کوچکتر است، که بهترین حالت حداقلی آن لیزر است. پرتو لیزر، پیش از هر چیز، اثری انرژی دارد.

۱.۲. دسته بندی رنگ ها

بر اساس نظریه سه جزئی رنگ های مرئی، سیستمی بین المللی برای اندازه گیری سه رنگ، توضیح داده شد که در آن سه رنگ اصلی تک رنگ به عنوان پایه در نظر گرفته می شود: قرمز ($R = ۴۳۵.۸$ نانومتر)، سبز ($G = ۵۴۶.۱$ نانومتر)، آبی ($B = ۷۰۰$ نانومتر)، و رنگ هر تابش را می توان با مخلوط کردن رنگ های اصلی موجود با نسبت های خاص به دست آورد (تصویر ۱).



تصویر ۱. مثلث رنگ ها

رنگ های اولیه در رأس مثلث قرار دارند، تمام تابش های تک رنگ با طول موج های ۴۰۰ تا ۷۰۰ نانومتر روی منحنی به نام خط رنگ های طیفی (طیف رنگ های خالص) قرار دارند و در قسمت نقاط مربوط به مرئی وجود دارند. انتشار طیفی هنگام حرکت در امتداد یک ضلع مثلث از نقطه R به نقطه G، رنگ به آرامی از قرمز به نارنجی، از نارنجی به زرد و از زرد به سبز تغییر می کند.

بنابراین، از این طریق می توان رنگ های نارنجی و زرد را با مخلوط کردن دو رنگ قرمز و سبز، به دست آورد و برای مثال نارنجی به خاطر داشتن طیف قرمز زیاد با زرد تفاوت دارد. همانطور که از نقطه B به نقطه G حرکت می کنید، رنگ از آبی به آبی-سبز، از آبی-سبز به سبز-آبی و در نهایت از سبز-آبی به سبز تغییر می کند. حرکت از نقطه B به نقطه R از آبی، یاسی، بنفش، شرابی و قرمز - از نظر تغییر رنگ مشابه خواهد بود. در داخل مثلث یک نقطه از C وجود دارد، یک نقطه از نور سفید (رنگ) که هنگام حرکت به سمت آن از رئوس مثلث در امتداد خطوط BC، RC و GC، رنگ ها تغییر نمی کنند، بلکه فقط اندازه اشباع شدگی آنها تغییر می کند. یعنی رقیق شدن رنگ های قرمز، آبی و سبز با سفید، بر این اساس از تمام سایه ها عبور می

کند تا کاملاً سفید شود.

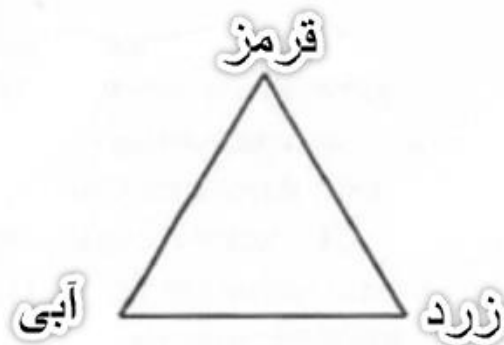
ارزیابی منابع نور مرئی نشان دهنده این واقعیت است که هیچ یک از آنها، به جز لیزر آن هم تا حدودی، اشباع ۱۰۰٪ ندارند. همه انواع رنگ در اصل به ۲ گروه تقسیم شد. گروه اول شامل رنگ‌های آکروماتیک یا بدون رنگ: سفید، سیاه و تمام سایه‌های خاکستری است. گروه دوم شامل رنگ‌های کروماتیک یا رنگی است. تفاوت بین برخی از رنگ‌های کروماتیک با رنگ‌های دیگر در شکل، تیرگی و اشباع می‌باشد. رنگ‌های آکروماتیک هیچ تن رنگی ندارند و فقط در تیرگی با هم تفاوت دارند.

نور می‌تواند از دو طریق بر بدن تأثیر بگذارد - از طریق اندام بینایی یا با عبور از طریق پوست.

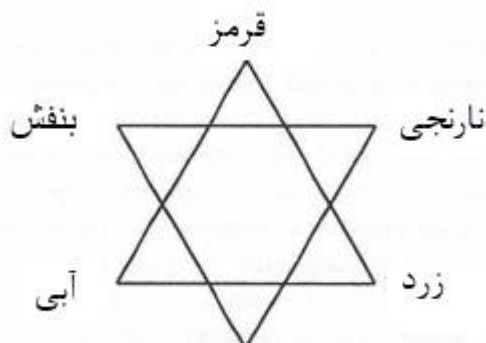
قرمز، نارنجی و زرد رنگ‌های گرم، آبی، فیروزه‌ای و بنفش رنگ‌های سرد و سبز خنثی هستند.

در رنگ‌درمانی اغلب از مفهوم "رنگ مکمل" استفاده می‌شود. از بین شش رنگ، I. Goethe سه جفت را انتخاب کرد که دو رنگ از آنها مکمل یکدیگر بودند. مکمل (تکمیل‌کننده) اصلی (مثلاً رنگ A) رنگی است که اگر چند دقیقه به رنگ A نگاه کنیم و نگاهمان را به سرعت به صفحه سفید رنگ ببریم آن را می‌بینیم.

به عنوان مثال، قرمز مکمل سبز، نارنجی مکمل آبی و زرد مکمل بنفش است.



تصویر ۲. مدل رنگی I. Goethe



تصویر ۳. طرح رنگی I. Goethe

در طرح رنگی، رنگ‌های مکمل دقیقاً در مقابل یکدیگر قرار دارند. منطق فیزیکی برای مکمل بودن این است که پس از مخلوط

کردن به مقدار مساوی از هر دو رنگ از هر جفت، همیشه یک رنگ خاکستری بی رنگ به دست می آید، زیرا همیشه دو رنگ خالص اصلی در مخلوط آنها وجود دارد. بنابراین، اگر رنگ‌های مکمل بنفش و زرد را با هم ترکیب کنید، هر سه رنگ اصلی د رآن وجود دارد، زیرا بنفش ترکیبی از قرمز و آبی است.

۲. بیوسفر زمین و ارتباطات فضایی

استفاده از نور بر اساس روش‌های کاربردی را می‌توان به موارد زیر تقسیم کرد:

۱. تاثیر پذیری از طریق تحلیلگر بصری.

۲. تاثیر گذاری بر پوست و از طریق پوست.

۳. اثر مستقیم بر یک اندام یا بافت.

۴. تاثیر ترکیبی.

ساماندهی مکانی-زمانی تمام سطوح سلسله مراتب طبیعت مطابق با اصل تقارن است که مبتنی بر قوانین هارمونی موسیقی و مرتبط با نسبت طلایی و مشتقات آن است. در ساماندهی تمام سیستم‌های بیولوژیکی و ارتباطات متقابل آنها با بیوسفر، نقش اصلی را جنبه کیفی اطلاعات دریافتی یا ماهیت کد سیگنال ایفا می‌کند در اینجا جنبه کمی اهمیتی ندارد.

مطالعات اخیر مطابقت بین ویژگی‌های ریتمیک در آثار موسیقی و فرآیندهای اصلی نوسانی که در بدن انسان اتفاق می‌افتد را نشان داده است.

روابط هارمونیک در طیف تابش نوری با مقیاس موسیقی هفت مرحله‌ای مطابقت دارد: do, re, mi, fa, sol, la, si با رنگهای طیفی: قرمز، نارنجی، زرد، سبز، آبی آسمانی، آبی پر رنگ، بنفش.

در محدوده نوری طیف الکترومغناطیسی ۵ اکتاو در فرابنفش (۱۰-۳۸۰ نانومتر)، ۱ اکتاو در مرئی (۳۸۰-۷۶۰ نانومتر) و ۹ اکتاو در مادون قرمز (۷۶۰ - ۳۴۰ میکرون) وجود دارد.

وجود روابط هارمونیک کلی به شما امکان می‌دهد دوره‌های چرخش سیارات را با استفاده از اصل اکتاو به آهنگ‌های موسیقی ترجمه کنید و ارتباط آن‌ها با طیف رنگ‌ها را درک کنید. این موضوع در [۱] به تفصیل بررسی شده است.

جدول ۲ - پیوندهای درونی سیارات، رنگ‌ها و نوت‌ها

سیاره	رنگ	نوت
مریخ	قرمز	دو C
خورشید	نارنجی	ر D
تیر	رنگ زرد	می E
زحل	سبز	فا F
مشتری	آبی آسمانی	سل G
زهره	آبی پر رنگ	لا A
ماه	بنفش	سی B

جدول ۳- تعامل بین رنگ ها، چاکراها، سیارات و علائم زودیاک

چاکرا	رنگ	سیارات	علائم زودیاک
مولادهارا	قرمز	مریخ پلوتون زحل	قوچ عقرب بز
سوادهیستانا	نارنجی	ماه زهرة پلوتون	خرچنگ ترازو عقرب
مانیپورا	زرد	مشتری تیر مریخ برای همه	شیر کماندار باکره
آناهاتا	سبز	زهرة زحل برای همه	شیر ترازو
ویشوددها	آبی آسمانی	مشتری زهرة اورانوس مریخ برای همه	دو پیکر گاو آبریز
آجنا	آبی پر رنگ	مشتری اورانوس نپتون تیر برای از همه	کماندار آبریز ماهی
سahasرارا	بنفش	زحل نپتون	بز ماهی

جدول ۴ - مریدین و رنگ ها طبق نظر V. Khulka. با توجه به [۶]

رنگ آرامش بخش	رنگ محرک	مریدین
نارنجی	آبی پررنگ- ارغوانی	ریه ها Lu
نارنجی ، قرمز	آبی پررنگ ؛ سبز	روده بزرگ Di
قرمز	سبز	معدنه Ma
قرمز ، بنفش	زرد سبز	طحال / پانکراس M/P
بنفش	زرد	قلب He
بنفش ، ارغوانی	زرد نارنجی	روده باریک Du
آبی پررنگ، ارغوانی	نارنجی	مثانه Bi
آبی پررنگ؛ سبز	نارنجی - قرمز	کلیه Ni
سبز	قرمز	گردش خون Kr
زرد ، سبز	قرمز - بنفش	تریپل هیتر 3E
زرد	بنفش	کیسه صفرا Gb
زرد ، نارنجی	بنفش - ارغوانی	کبد Le

جدول ۵ - ترکیب رنگهای مورد استفاده در نور و رنگ درمانی ، و عصاره گل های E. Bach

اسانس باخ	رنگ
Armeria willd. .Gentiana amarella .Ulex europaeus .Carpinus betulus .Scleranthus annuus .Bromus racemosus	قرمز
Ulmus procera, Larix decidua, Quercus robur, Pinus sylvestris, Ornithogalum umbellatum, Castanea sativa, Salix vitellina	نارنجی
Populus tremula, Prunus cersifera, Clematis caprifolium, Mimulus guttatus, Aesculus carnea, Helianthemum nummularium, Rosa canina	زرد
Fagus sylvatica .Cichorium intybus .Calluna vulgaris .Impatiens glandulifera . Aqua Petra .Verbena vinifera .Hottonia palustris	سبز
Aesculus hippocastanum, Sinapis arvensis, Olea europea, Aesculus hippocastanum	آبی آسمانی
Agrimonia eupatoria, Centaurium umbellatum, Ilex aquifolium, Juglans regia	آبی پررنگ
Malus sylvestris	بنفش

۳. ویژگی های رنگ ها و پیشنهاد هایی برای کاربرد آنها

۳.۱. قرمز

به رنگ های گرم اشاره دارد.

خواص مثبت: انرژی ، سرزندگی ، اراده ، شجاعت.

خواص منفی: بی تفاوتی، پرخاشگری، میل به قدرت، خودخواهی.

تأثیرات:

- نیروی حیاتی را تحریک و فعال می کند.
- پتانسیل انرژی حیاتی را افزایش می دهد.
- دارای اثر تحریک کننده روانی است.
- به بازیابی عملکرد کبد کمک می کند.
- تولید گلبول های قرمز و پلاکت ها را افزایش می دهد، محتوای هموگلوبین را افزایش می دهد، با از بین بردن سموم از طریق پوست، سم زدایی را تسریع می بخشد. (به عنوان مثال، در صورت عفونت سرماخوردگی).
- سرکوب مرحله اولیه التهاب ؛
- باعث بهبود زخم می شود.
- تأثیر مثبتی بر سوختگی توسط اشعه (اشعه ایکس، اشعه ماوراء بنفش و غیره) دارد.
- عملکرد تنفسی و تبادل اکسیژن را افزایش می دهد.
- چرخه قاعدگی را به ویژه در دوره پس از زایمان عادی می کند.

- فعالیت سیستم تولید مثل را عادی می کند، سیستم تولید مثل را تحریک می کند.
 - اشتها را تحریک می کند؛
 - فرآیند متابولیک را هم در سطح سلولی و هم به طور کلی در بدن فعال می کند.
 - تقسیم سلولی سیستم عصبی خودمختار را تحریک می کند. متابولیسم چربی را تحریک می کند و در نتیجه به کاهش وزن کمک می کند. (از قرمز برای اضافه وزن پاتولوژیک مرتبط با بیماری های غده هیپوفیز، غده تیروئید، بیماری کلیوی و غیره استفاده نکنید.)
 - ارتباط اجتماعی و معاشرت را تحریک می کند.
 - حسادت و اشتیاق را تحریک می کند.
 - در افراد تنبل تلاش و کوشش را افزایش می دهد.
- موارد مصرف:** آستنسی، کمبود انرژی (هیپوانرژی)، کم تحرکی، کم خونی، اختلال در سیستم گردش خون، افت فشار خون، سرماخوردگی با منشأ و موضعی متفاوت، بیماری های پوستی: (درماتیت، بثورات، کهیر و غیره)، فرآیندهای التهابی حفره دهان، بی تفاوتی، افسردگی، ترس، عدم ابتکار، شک به خود.
- موارد منع مصرف:** تب بالا، فشار خون بالا، تکیکاردی، سوختگی حرارتی، هیجانان شدید ذهنی.

نکته: برای درمان روزانه، توصیه می شود هفته ای یک بار از رنگ آبی یا ارغوانی استفاده شود. **ویژگی:** "من توان، قدرت و مهارت کافی برای غلبه بر همه چیز را دارم."

۳.۲ نارنجی

به رنگ های گرم اشاره دارد.

خواص مثبت: لذت زندگی، احساسات، اجتماعی بودن، شوخ طبعی.
خواص منفی: تخریب، تنبلی، وابستگی، شرارت.

تأثیرات:

- باعث بازسازی ریه می شود.
- تنفس را تحریک می کند؛
- فعالیت غده تیروئید را تحریک می کند.
- افزایش عملکرد غدد پاراتیروئید را مهار می کند.
- عمل ضد اسپاسم؛
- گرفتگی عضلات را تسکین می دهد؛
- تحریک شیردهی؛
- عملکرد ترشح معده را تحریک می کند.
- در صورت مسمومیت باعث استفراغ می شود.
- نفخ را کاهش می دهد؛
- تشکیل بافت استخوانی را تسریع می کند، رشد راشیتیس را خنثی می کند؛

- باعث بازسازی فرآیندهای متابولیک می شود.
- از ایجاد تومورها جلوگیری می کند.
- بدون افزایش فشار شریان کار قلب را تحریک می کند ؛
- روند تشکیل چرک را تسریع می کند.
- قاعدگی را عادی می کند، در اولیگومنوره و در دوره قبل از یائسگی بسیار موثر است ؛
- از پیشرفت تصلب شرایین جلوگیری می کند.
- اشتها را تحریک می کند؛
- برای کم خونی و کاهش وزن بسیار موثر است.
- در بیماری های قلبی، به ویژه در ضعف و صدای اضافه قلب بسیار موثر است؛
- در صورت عملکرد بیش از حد یا کم کاری اندام ها و سیستم ها ، اثر تنظیم کننده دارد ؛
- سیستم ایمنی را تحریک می کند، نظام دفاع از اندام ها را فعال می کند ؛
- موثر برای تمام بیماری های عفونی؛
- تأثیر مثبت بر انواع آلرژی دارد ؛
- فعالیت سیستم غدد درون ریز را تحریک می کند ؛

- در خستگی و بی حالی، خواب آلودگی ، فعالیت بدنی و ذهنی را افزایش می دهد؛
- اثر ضد پیری عمومی دارد.
- میل جنسی و شهوانی را افزایش می دهد.
- برای افسردگی، سایکوز، ترس، احساس عدم امنیت، بدبینی موثر است ، خلق و خوی را بهبود می بخشد، جاه طلبی را افزایش می دهد و احساس دل گرمی بوجود می آورد؛
- مورد استفاده افرادی که بدون تمایل کار می کنند، به محل کار قدرت و شادی می بخشد ؛
- بافت قدیمی را از بین می برد و تشکیل بافت جدید را تسریع می بخشد.

موارد مصرف: کمبود نیرو، کم اشتهایی، اختلال در فعالیت دستگاه گوارش (گاستریت، نفخ، یبوست، التهاب)، آسم، تشنج، سنگ کیسه صفرا، بیماری های تنفسی (نای، برونشیت، آسم و غیره)، بیماری کلیوی مثانه و غیره. ، شکستگی استخوان، کم کاری تیروئید، کم کاری آدرنال، یائسگی در مردان و زنان، همراه با سردی و ناتوانی جنسی، بی تفاوتی، بی حوصلگی، افسردگی، خستگی روانی اما نرمتر از رنگ قرمز عمل می کند.

موارد منع مصرف: بی قراری شدید، بی خوابی، فشار خون بالا، تب بالا.

نکته: برای درمان روزانه توصیه می شود هفته ای یک بار از رنگ آبی یا نیلی استفاده شود.

ویژگی: "من بدنی سالم و ذهنی سالم دارم و از زندگی نهایت لذت را می برم."

۳.۳ رنگ زرد

به رنگ های گرم اشاره دارد.

خواص مثبت: عقل گرایی، تفکر منطقی معقول، مدارا، شکل گیری افکار مستقل، جامعه پذیری.

خواص منفی: انتقاد پذیری، ناسازگاری، سرسختی، اضطراب، عدم وضوح.

تأثیرات:

- فعالیت سیستم عصبی مرکزی اعم از حسی و حرکتی را تحریک می کند؛
- دارای اثر تنظیم کننده دستگاه گوارش،
- عادی سازی فعالیت ترشحات معده، کیسه صفرا و قسمت تحتانی شکم؛
- تحریک حرکت دستگاه گوارش؛
- عادی سازی عملکرد طحال؛
- دارای اثر ضد کرم است.
- تخلیه لنف را تحریک می کند و بر روی لنف اثر درناژ دارد.
- سم زدایی خون را در صورت وجود بارهای سمی به عنوان مثال، آفت کش ها، حشره کش ها، فلزات سنگین، داروها و غیره انجام می دهد؛
- فلور روده را تنظیم می کند؛
- تبدیل بیماری های مزمن به حاد را تسریع می کند؛
- اثر ضد افسردگی؛
- افزایش توانایی و تلاش در یادگیری؛
- تاثیر مثبت بر هوش دارد، چون نور زرد، نور نیمکره چپ مغز است؛
- متابولیسم را عادی می کند؛
- تقویت سیستم ایمنی بدن؛
- برای فلج موثر است، زیرا تون عضلانی را افزایش می دهد؛
- برای مالیخولیا و اسکیزوفرنی موثر است؛

موارد مصرف: سفالالژیا، یبوست، نفخ شکم، دیابت، بیماری های پوستی، بی ثباتی عاطفی، افسردگی، بدبینی، اعتماد به نفس پایین، کمبود خلاقیت.

موارد منع مصرف: استفاده طولانی مدت از زرد در فرآیندهای مزمن. در طول دوره توانبخشی، رنگی متفاوت باید برای مدت کوتاهی استفاده شود.

نکته: برای استفاده روزانه از رنگ زرد، باید با سبز یا سبز-آبی همراه شود.

ویژگی: "من با کمال میل و داوطلبانه افکارم را با افراد دیگر به اشتراک می گذارم!"

۳.۴. سبز

به رنگهای خنثی اشاره دارد.

خواص مثبت: گشاده رویی، عشق به زمین، شفقت، مهربانی، ملایمت، خیرخواهی.

خواص منفی: حسادت، بخل، عصبانیت، عدم تمایل و عدم توانایی در نه گفتن.

تأثیرات:

- عملکرد سیستم عصبی مرکزی را عادی می کند.
- عملکرد غده هیپوفیز را تحریک می کند.
- فرآیندهای عضلانی و سایر بافت ها را تحریک می کند.
- دارای اثر ضد عفونی کننده و پاکسازی کننده در صورت عفونت است.

- دارای اثر تثبیت کننده در تمام بیماری های حاد و مزمن است.
- موثر در سرمازدگی درجه یک ؛
- موثر در تبخال در مرحله اولیه؛
- عملکرد هورمونی را تنظیم می کند ؛
- دارای اثر هموستاتیک در زخم های وسیع است.
- برای سندرم های مختلف درد (سردرد، دندان درد، درد در دوران قاعدگی) اثر ضد درد دارد. ، کیبودی، رگ به رگ شدن، درد عضلانی بعد از فعالیت بدنی و غیره)؛
- پوست را جوان می کند، چین و چروک ها را صاف می کند.
- درجه حرارت را در صورت سوختگی کاهش می دهد.
- عملکرد دستگاه بینایی را عادی می کند (خستگی ، ضعف چشم ، افزایش فشار داخل چشم ، ضعف بینایی حاد) ؛
- فشار خون شریانی و فعالیت قلبی را تثبیت می کند.

موارد مصرف: بیماری های قلبی عروقی (آنژین صدری، فشار خون بالا، آریتمی)، وابستگی آب و هوایی، بی خوابی، شرایط عصبی و افسردگی، نوسانات خلقی، سردرد، خستگی چشم، سرماخوردگی، خستگی عضلانی، کمردرد، کلاستروفوبیا، فرآیندهای زخمی مختلف روی پوست، فرآیندهای کیست چرکی، هموروئید، دیابت، سنگ کیسه صفرا، بیماری های کبد، بیماری های خودایمنی، زخم معده و اثنی عشر، سرطان، بی ثباتی عاطفی، گستاخی، ترس از احساسات، عصبانیت، پارانوئا.

نکته: نور سبز خنثی است و بنابراین نیازی به اصلاح به وسیله رنگ مخالف ندارد.

ویژگی "من برای هر چیزی که کیهان به من می دهد آماده هستم."

۳.۵. آبی

به رنگ های سرد اشاره دارد.

خواص مثبت: قدرت درون نگری انتقاد کردن از خود، توانایی تحقیق، آرامش، توانایی درست مذاکره کردن، صداقت، پاکی، درایت.

خواص منفی: ناتوانی در بیان آزادانه افکار خود، تمایل به دستکاری و تغییر دادن، عدم صداقت، بیگانگی، بی تفاوتی.

تأثیرات:

- دارای اثرات ضد التهابی و تب بر؛
- فعالیت غده صنوبری را تحریک می کند؛
- تنفس را تنظیم می کند ؛
- خواب را بهبود می بخشد؛
- تاثیر تسهیل کننده در برخی از فرآیندهای التهابی ؛
- متابولیسم اکسیژن را در بافت ها بهبود می بخشد؛
- برونکواسپاسم را تسکین می دهد؛
- دارای اثر باکتريواستاتیک ، اثر ضد باکتریایی را افزایش می دهد و مقاومت باکتری ها را در برابر عفونت ها کاهش می دهد ؛
- تنش عصبی را تنظیم می کند؛
- فعالیت تشنجی را تسکین می دهد؛

- در کودکان بیش فعال و اختلالات خواب دارای اثر مثبت است؛

- تون عضلانی را آرام می کند.

- عملکرد قلب و عروق خونی را عادی می کند.

- اثر تعریقی دارد؛

- اثر مفید بر پوست دارد، خارش را برطرف می کند.

موارد مصرف: فشار خون بالا، لارنژیت، زخم بریدگی، واکنش های پوستی پس از سوختگی و نیش حشرات، بی نظمی های

قاعدگی، میگرن، بیماری های دوران کودکی مانند سرخک، اوریون، دندان در آوردن. بیماری های پوستی مانند نورودرماتیت و

تبخال، آفتاب زدگی، ترس، سردی، ترس از صحبت کردن، مشکلات بین افراد.

موارد منع مصرف: در صورت تمایل به خونریزی، با برادی کاردی، با احتیاط مصرف شود.

نکته: برای درمان روزانه توصیه می شود هفته ای یک بار از رنگ نارنجی برای مدت کوتاهی استفاده کنید.

ویژگی: "من همیشه در رابطه با خودم و محیطم آرام هستم."

۳.۶. ارغوانی

به رنگ های سرد اشاره دارد.

خواص مثبت: ثبات روان، خرد، سرزندگی، حساسیت.

خواص منفی: تکبر، خودفریبی، تنهایی، آرمان گرایی مبالغه آمیز.

تأثیرات:

- دارای اثر ضد عفونی کننده، باکتریواستاتیک، ضد سرطان است؛

- تعداد فاگوسیت ها را افزایش می دهد؛

- تأثیر مثبت عمیق بر سیستم ایمنی، سیستم غدد درون ریز و بافت استخوانی؛

- خون سازی را تنظیم می کند؛

- روند بهبود زخم را بهبود می بخشد؛

- افزایش عملکرد غده تیروئید را مهار می کند؛

- به طور موثر کیبودی، اسکار، آبه، فیبروم، تومورهای بدخیم؛

- اثر ضد استفراغ دارد، دمای بدن را کاهش می دهد؛

- ترشحات پاتولوژیک (آبریزش بینی، ترشحات، چرک) را کاهش می دهد؛

- شیردهی غدد پستانی را کاهش می دهد؛

- موثر برای تورم و ادم؛

- تنگی نفس را کاهش می دهد؛

- عملکرد ریه ها، دستگاه گوارش، اسکلتی عضلانی و سیستم حرکتی را تثبیت می کند؛

- فشار خون شریانی را کاهش می دهد؛

- به طور موثر در خونریزی عمل می کند.

- آریتمی های قلبی را در ترکیب با رنگ سبز از بین می برد.

- افزایش تورگور پوست ؛
- دارای اثر ضد درد در نورالژی است.
- اثر آرام بخش عمومی دارد.
- تفکر خیلی سریع را کند می کند ، توضیح اضافی را در هنگام صحبت کاهش می دهد.
- موثر در ترک عادات بد (سیگار کشیدن، الکل).

موارد مصرف: التهاب های مختلف (ارگان های گوش و حلق و بینی، حفره دهان)، کم شنوایی، پرکاری تیروئید، خونریزی، سرطان، بیماری های سیستم اسکلتی عضلانی، بیماری های پوستی همراه با خارش شدید، سوختگی، زخم ها، بیماری های عفونی دوران کودکی، درد با ریشه های مختلف و موضعی پیش رونده. تحریک پذیری عصبی، استرس، بی خوابی، هیستری، حساسیت بیش از حد، حسادت بیش از حد.

موارد منع مصرف : در بیماریهای حاد با درجه حرارت بالا ، رنگ آبی باید به صورت بسیار دقیق استفاده شود.
نکته: برای کار روزانه با رنگ ارغوانی ، هفته ای یکبار ، لازم است عمل جبران کوتاه مدت با کمک رنگ نارنجی انجام دهید.
ویژگی "من همیشه به شهود خود اعتماد دارم ، که مرا در زندگی راهنمایی می کند. "

۳.۷. رنگ بنفش

خواص مثبت: عرفان.

خواص منفی: تکبر.

تائیرات:

- عملکرد طحال را تحریک می کند ؛
- تأثیر مثبتی بر سیستم عضلانی، میوکاردا دارد؛
- روی غدد لنفاوی عمل می کند و عملکرد لوزالمعده را کاهش می دهد؛
- لکوپوز را تحریک می کند؛
- تعادل متناسب محتوای کلسیم و فسفر همچنین آهن و ید را در بدن، حفظ می کند؛
- متابولیسم را عادی می کند؛
- عملکرد همه اندام ها را آرام می کند ، به استثنای طحال ؛
- دارای اثر ضد باکتریایی است ؛
- با فرایندهای تخریبی در دستگاه گوارش مقابله می کند؛
- موثر برای درد پس از درمان قبلی با رنگ ارغوانی؛
- گرسنگی را برطرف می کند ؛
- سیستم عصبی را تسکین می دهد ؛

- بلوک ها را برطرف می کند و جریان ها و کانال های انرژی را باز می کند؛
 - بر بدن روانی تأثیر بسزایی دارد و درجه فردیت افزایش می یابد ؛
 - از نظر معنوی و به ویژه در محیط معنوی خوب قدرتمند است؛
 - حفظ قدرت تمرکز ؛
 - افزایش توانایی حساسیت بیش از حد ، احساس شادی ؛
 - موثر برای مشکلات حسادت و بی اعتمادی ؛
 - برای ضربه مغزی بسیار مثبت است.
- موارد مصرف: کلیه فرآیندهای التهابی ، بیماری های گوش و حلق ، تاکی کاردی ، ضربه مغزی ، ضعف سیستم ایمنی بدن ، ریزش مو ، تشکیل شوره سر ، مولتیپل اسکلروزیس ، صرع ، روان رنجوری های مختلف ، کاهش وزن ، ناراحتی شدید و احساس ناامیدی از وضعیت ، عدم اطمینان در مورد خود .
- نکته:** هنگام استفاده از رنگ بنفش ، لازم است هفته ای یکبار رنگ زرد را استفاده کنید.
- ویژگی:** "من کاملاً به خدا توکل می کنم و خودم را در دستان او می گذارم."

۴. روش انجام رنگ - نور درمانی

۴.۱ دستگاه مورد استفاده

برای اجرای رنگ - نور درمانی ، از دستگاه MINI-EXPERT-TsT " (مرکز "IMEDIS" ، مسکو) استفاده می شود. این دستگاه هم به صورت خودکار و هم تحت کنترل نرم افزارهای MINI-EXPERT و IMEDIS-EXPERT کار می کند.



تصویر. ۴. ظاهر دستگاه " MINI-EXPERT-TsT "

دستگاه MINI-EXPERT-TsT " اجازه می دهد:

- درمان رنگی ، IR و UV را بدون میدان مغناطیسی انجام دهید و تاثیر تابشی را تعدیل کنید؛

- انجام درمان پالسی رنگ ، IR و UV با مدولاسیون داخلی با فرکانس های ثابت تعبیه شده در دستگاه MINI-EXPERT-TsT ؛

- انجام درمان پالسی رنگ ، IR و UV درمانی به صورت ترکیبی با مدولاسیون خارجی مغناطیسی بیمار با در محدوده فرکانس از ۰.۱ تا ۱۵۰۰ هرتز ، انجام شده توسط سایر دستگاه های تولید شده توسط مرکز "IMEDIS" ، به عنوان مثال ، "MINI-EXPERT-T" ؛

- مدولاسیون تابش خارجی با طیف داروها ، اتصال می تواند خروجی مستقیم یا معکوس داشته باشد.

- انجام رنگ درمانی با مجموعه های رنگ ثابت بدون مد تنظیم و تعدیل ؛

- تنظیم در سیستم RGB (قرمز - R ، سبز - G ، آبی - B) در حالت دستی ، ترکیب رنگ مورد نیاز برای انجام تطبیق رنگ فردی برای درمان

هنگام انجام رنگ درمانی ، می توانید از پایگاه داده نرم افزاری استفاده کنید ، که شامل ترکیب رنگ ها برای نور درمانی منطقه ای با توجه به Dinshaxy ، درمان با نورپردازی رنگی مطابق P. Mandel ، رنگ درمانی چاکرا و مریدین است. این نرم افزار شامل یک اطلس از نقاط طب سوزنی رنگ با توضیح محل آنها می باشد.

این دستگاه امکان نمایش حالت های عملکرد دستگاه و پارامترهای تنظیم شده بر روی نشانگر کریستال مایع را فراهم می کند: رنگ ، شدت ، زمان درمان.

۴.۲ روش های اساسی رنگ درمانی

مصلحت استفاده از نور درمانی رنگی با آزمایش با روش رزونانس و جتاتیو (VRT) "IMEDIS-TEST" به طور مستقیم ، با روش فیلتراسیون و همچنین نشانگرهای موجود در بخش "آزمایش داروها": Fe effectiveness ، suitable medication ، (Manganum met. D۲۶ ، Manganum met. D۸۰۰) portable medication ، (met. D۲۶ ، Fe met. D۸۰۰). تعیین می شود. اثربخشی استفاده از نور درمانی را می توان از طریق معیارهای دیگر ، یعنی: شاخص های بیولوژیکی ، شاخص فوتون ، ذخایر سازگاری ، مرحله درمانی بهینه و غیره تعیین کرد.

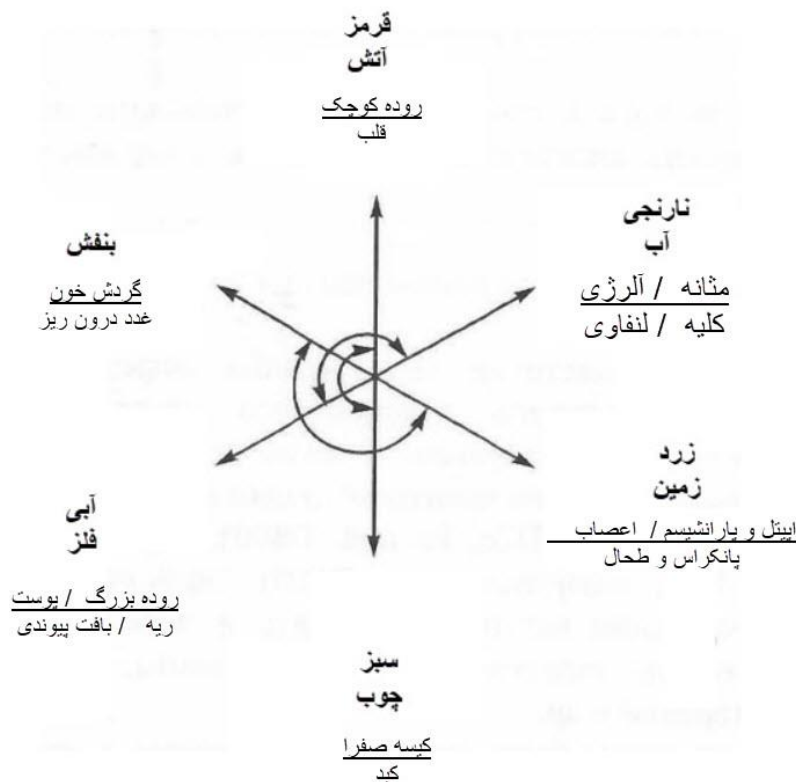
نشانه ای دیگر برای رنگ درمانی می تواند وضعیت بدن به طور کلی ، وجود یک بیماری خاص و همچنین وضعیت مریدین ها و نقاط جداگانه طب سوزنی باشد.

علاوه بر دستگاه MINI-EXPERT-TsT ، می توانید از کپی های الکترونیکی رنگهای موجود در سلکتور دستگاه IMEDIS-BRT یا در ماژول Drug Selector استفاده کنید.

طرح استفاده از رنگ در مریدین درمانی:

۱. تعیین با آزمایش مستقیم مریدین آسیب دیده.
 ۲. تعیین وضعیت مریدین با روش فیلتراسیون از طریق شاخص های "insufficiency" یا "redundancy".
 ۳. تعیین رنگی که برای تصحیح مریدین ضروری است.
 ۴. تأثیر رنگ یافت شده بر نقاط نماد اولیه مریدین طب سوزنی.
- توصیه می شود تاثیر گذاری را از مریدینی شروع کنید ، که بیش از حد تحت فشار است.

با در نظر گرفتن مفاد طب سنتی چینی و استفاده از مفاهیم مدرن ، F. Morel نمودار نسبت عناصر ، اندام ها و رنگها را ارائه کرده است که در تصویر ۵ نشان داده شده است. برای هر اندامی ، استفاده از آن در موارد یانگ به ویژه موثر است ، زیرا آنها دارای اثر آرام بخشی هستند. رنگهای مکمل در حالت های مخالف - حالت بین استفاده می شوند. مورل به آنها لباس هایی می پوشانید ، و بدون توجه به آسیب شناسی موجود در یک اندام دیگر بین رنگ هایی که بیشتر مورد علاقه بیماران است و آنها بیشتر به آن نیاز دارند ، تمایز قائل می شد.



تصویر ۵. رنگها ، اندامها ، عناصر

۴.۳ اتفاقات ناشی از رنگ درمانی

به عنوان یک قاعده ، قرار گرفتن در معرض رنگ زمان زیادی طول نمی کشد.

هر رنگ با تأثیر خاص خود ، هم بر وضعیت جسمانی فرد و هم بر حوزه ذهنی شخص تأثیر خاص خود را دارد. در استفاده عملی از رنگ ، مواقعی وجود دارد که به عنوان مثال ، تابش با رنگ بیش از حد طولانی باشد ، یا رنگ اشتباه انتخاب شده باشد ، یا بیمار با یک واکنش حاد غیرقابل پیش بینی واکنش نشان دهد. در این موارد ، اثر می تواند به کمک در اصطلاح "ضد رنگ" تضعیف شود یا به عنوان نوعی سازگارکننده رنگ مورد استفاده قرار گیرد.

جدول ۶- رنگها و رنگهای متضاد آنها

رنگ متضاد	رنگ
آبی کم رنگ	قرمز
آبی پر رنگ	نارنجی
بنفش	زرد
فیروزه ای	لیمویی
قرمز روشن	یاسی

نور درمانی با سایر روش های درمانی نیز به خوبی کار می کند.

از رنگ می توان به وسیله تاباندن به خرده های قند یا پردازش آب ، روغن های مختلف استفاده کرد و همچنین آن را از طریق روشن کردن مستقیم یا معکوس در طول درمان بیورونانس استفاده کرد.

استفاده از رنگ، جهانی است و برای طیف وسیعی از بیماریها بسیار موثر است. تأثیر آن سطوح مختلف سلسله مراتبی بدن را هماهنگ می کند و ایمنی و دفاع آن را افزایش می دهد. دارای اثر تنظیم کننده بر هموستاز است.تأثیر سایر اقدامات درمانی را افزایش می دهد.

1. Gotovsky Yu.V., Vysheslavtsev A.P., Kosareva LB, Perov Yu.F., Shraibman M.M. Color light therapy. - M.: IMEDIS, 2001.-- 432 p.
2. International Lighting Dictionary. - M.-L.: Publishing house of the Academy of Sciences of the USSR, 1950.-- 268 p.
3. Pvachev V.P. Introduction to Biophysical Photometry. (Photomeric measurements in biology). - Lviv: Publishing house of Lviv University, 1966.-- 379 p.
4. Pressman A.S. Organization of the biosphere and its space connections // Modern problems of studying and preserving the biosphere. Vol. 1. Properties of the biosphere and its external connections. - SPb.: Gidrometeoizdat, 1992. - P. 149-160.
5. Pressman A.S. Organization of the biosphere and its space connections (cybernetic foundations of the planetary-space organization of life). - M.: GeoSINTEG, 1997.-- 240 p.
6. WM Hulke: Das Farbenenergiebuch. Windpferd.

